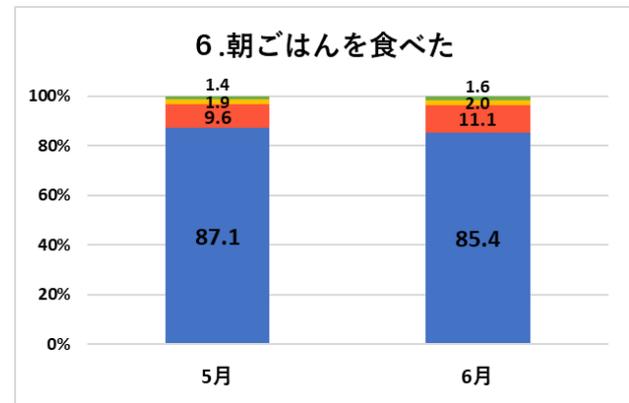
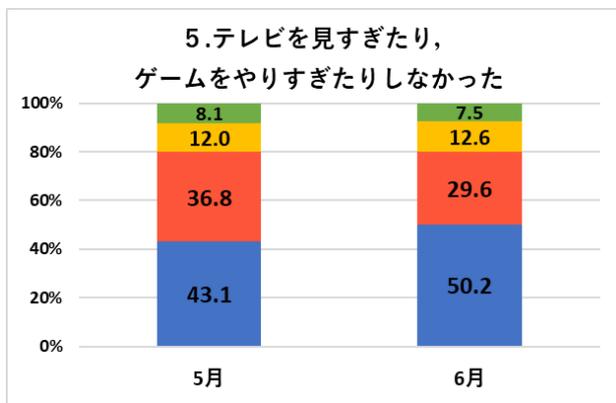
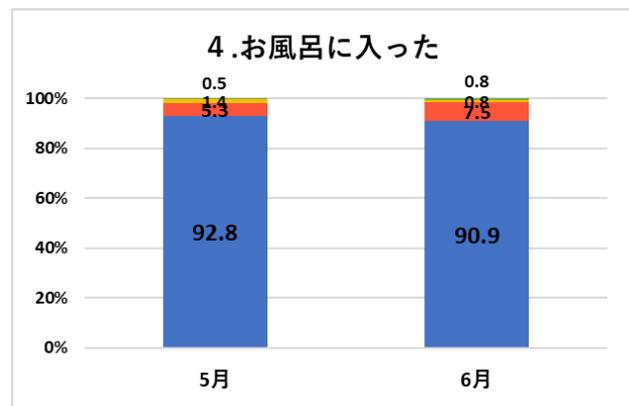
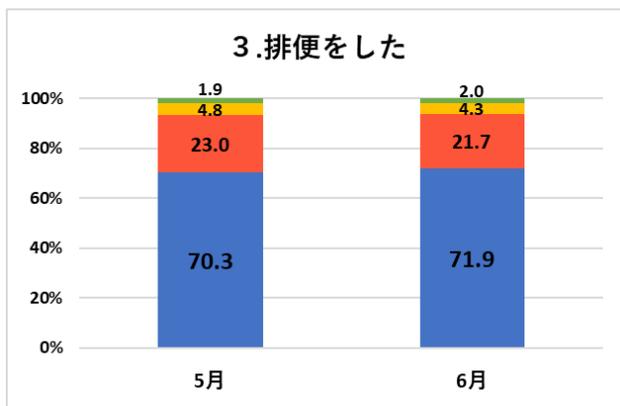
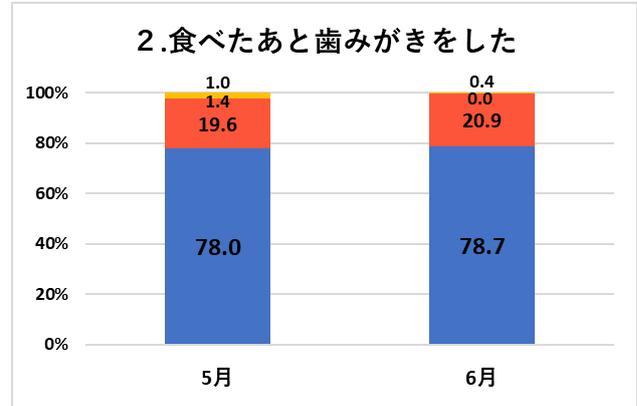
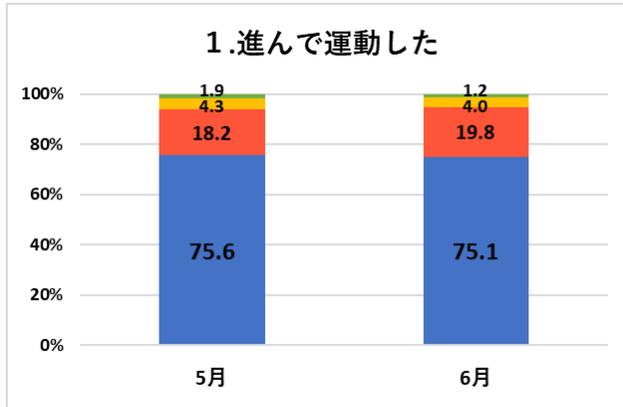


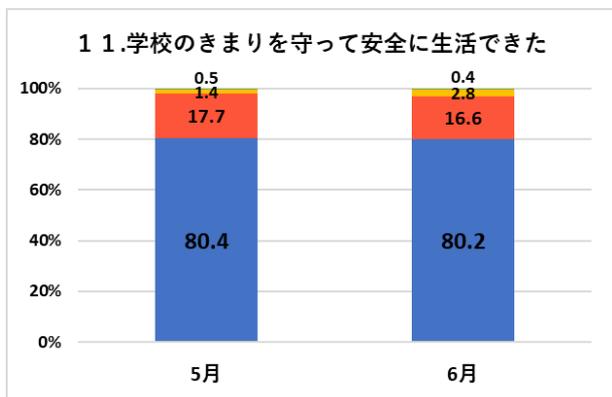
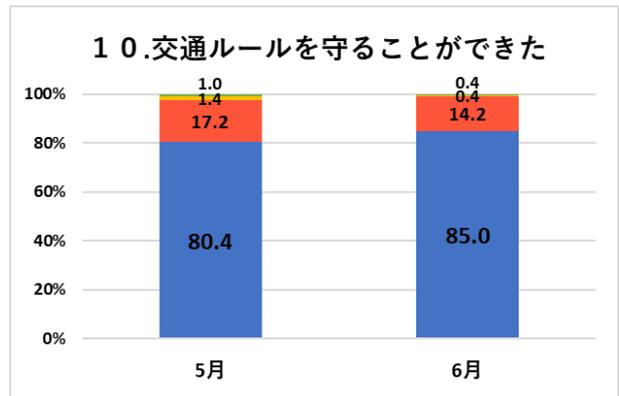
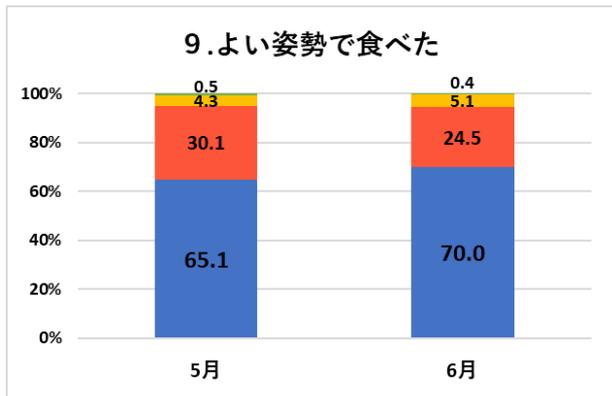
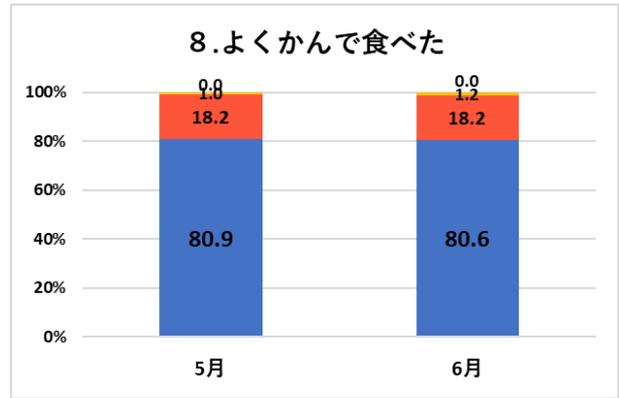
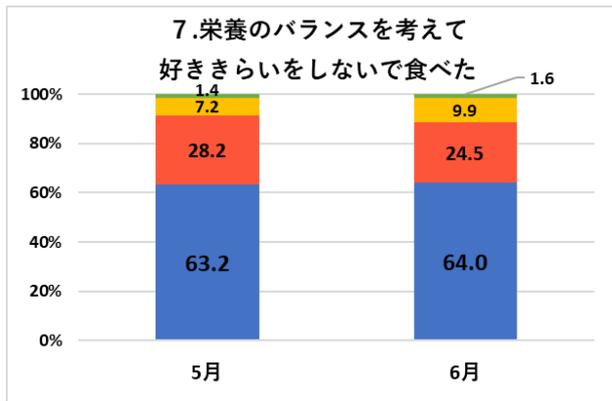
R6 6月の元気っ子生活習慣チェック

6月の「元気っ子生活習慣チェック」の結果です。

前月と比較したグラフで示しています。ご家庭でもお子さまとご確認いただき、振り返ってみてください。

- できなかった(%)
- あとひといき(%)
- できた(%)
- よくできた(%)





「6. 朝ごはんを食べた」の項目では、あとひといき・できなかった割合が5月よりも高くなりました。朝ごはんは1日を元気に過ごすエネルギーになるだけでなく、全身の細胞の体内時計をセットしてくれます。あまり食欲がないときでも、取り入れやすい乳製品や飲み物から始めてみてください。

6月は、「7. 栄養のバランスを考えて好き嫌いをしないで食べた」「9. よい姿勢で食べた」の項目の数値が5月より良くなりました。マナーアップ週間、食育月間を実施したためだと思います。給食は、成長に必要な栄養が豊富に含まれているため、これからも好き嫌いせずに食べましょう。また、食事のマナーを守って食べることで楽しく食事をすることができます。食事での会話や姿勢はどのようにするのが好ましいか、よく確認し気持ちよく食事をしましょう。